Nr. 24. Toruń, dnia 14. czerwca 1928 r. Rok II.

SIŁA I ZDROWIE

Dodatek tygodniowy „Słowa Pomorskiego"

Bieg naprzełaj o puhar „Słowa Pomorskiego"
odbędzie się w niedzielę 17 czerwca 1928 r.

Już tylko 4 dni dzieli nas od wielkiego wydarzenia w życiu sportowem Pomorza jakiem będzie

bieg naprzełaj

o puhar „Słowa Pomorskiego".

Bieg ten już po raz 4-ty gromadzi pokaźną liczbę zawodników, którzy mają w nim możność wykazania swej sprawności sportowej.

Bieg odbędzie się w Toruniu

w niedzielę, 17. czerwca.

Zgłoszeni zawodnicy winni dnia tego stawić się o godz. 11-ej w ogrodzie „Tivoli" przy ul. Bydgoskiej, gdzie będzie szatnia i gdzie zawodnicy poddani zostaną badaniu lekarskiemu.

Termin nadsyłania zgłoszeń do biegu dla zamiejscowych przedłużony zostaje do soboty 16-go czerwca. Zgłoszenia nadsyłać należy do redakcji „Słowa Pomorskiego" w Toruniu ul. św. Katarzyny 4 lub do filjalnej redakcji „Słowa Pomorskiego" w Grudziądzu, ul. Mickiewicza 22.

Trasa biegu wynosi ok. 4500 m. Zawodnik, pierwszy przerywający taśmę na mecie zdobywa srebrny puhar przechodni zaś na własność otrzymuje złoty sygnet. Następnych 10-ciu zawodników otrzymuje żetony złote, srebrne i bronzowe.

Uwaga! Wszyscy zawodnicy zamiejscowi, z miejscowości odległych od Torunia więcej niż 30 km. otrzymują w drodze powrotnej 66% zniżki na kolei. Odpowiednie zaświadczenia wydane zostaną na miejscu.

O ćwiczeniach oddechowych.

Z jednej strony spotykamy się z twierdzeniem, że gimnastyka, która nie jest gimnastyką oddechową nie jest żadną gimnastyką (dr. Tissie), z drugiej zaś strony prof. dr. Lindhard występuje przeciw ćwiczeniom oddechowym. Twierdzi on, że oddech nie potrzebuje żadnej pomocy sztucznej, która wedle jego zdania odgrywa w tym wypadku rolę nieproszonego gościa. Jako uzasadnienie tegoż twierdzi całkiem zdecydowanie, iż czynności oddechowe odbywają się automatycznie przez podrażnienie ośrodka oddechowego nagromadzonym po pracy kwasem węglowym i jako najlepsze ćwiczenia oddechowe uważa on biegi.

Jak widać z tego, ćwiczenia oddechowe są dzisiaj kwestją sporną, jednak wychowawca fizyczny nie może dyskutować, tylko musi pracować. Chodzi więc o to, ażeby z tego wszystkiego wybrać wskazania odnośne do tych ćwiczeń.

Ćwiczenia oddechowe zostały obmyślane przez obu Lingów. Myśl Lingów jest zupełnie zdrowa, ponieważ chodziło im o to, ażeby zwiększyć wydajność aparatu oddechowego przez wciągnięcie odpowiednich mięśni do pracy, słowem chodziło im o to, ażeby przyzwyczaić aparat oddechowy do głębszych oddechów.

W tej mierze przesadzono, albowiem stosowano bezkrytycznie głębokie oddechy z ruchami ramion prawie po każdem ćwiczeniu natężającem, myśląc, że przez ruchy ramion powiększa się pojemność klatki piersiowej.

Stosowano te ćwiczenia przeważnie w postawie „bacznej", co do której prof. Lindhard udowodnił, że postawa ta nie powoduje rozszerzenia klatki piersiowej. Taką postawą winna być ostatecznie postawa swobodna. Lindhard zaatakował i takie ćwiczenia oddechowe w ostatnio wydanej swej: „Szczegółowej teorji wychowania fizycznego", przemawiając bardzo gorąco za zupełnem skreśleniem ćwiczeń oddechowych z programu lekcyjnego. Jednak eksperymentu, który dowodziłby tego, że ćwiczenia oddechowe zastosowywane w naszych programach lekcyjnych co najwyżej dwa razy w ciągu lekcji wpływają niekorzystnie na regularny oddech w ustroju niema. Osądził więc prof. Lindhard ćwiczenia oddechowe trochę jednostronnie, ponieważ wiadomą jest rzeczą, że przez wykonywanie ćwiczeń oddechow. możemy wzmocnić mięśnie, poprawić koordynację nerwową, która jest potrzebna do głębokich oddechów.

Czem więc tłumaczyć to złudzenie, jakiemu ulegali Lingowie przez tak długie lata?

Poprostu przez fałszywą analizę sztucznego oddechu, stosowanego np. u topielców. Taka analiza bije przekonywująco w oczy, bo przez pociągnięcie ramion wszystko powietrze wchodzi z szumem i syk iem do płuc, co sprawia wrażenie w umyśle ludzkim, że klatka piersiowa przez to rozszerza się. Jest to rzeczywiście rozszerzenie klatki piersiowej, jednakże przez podniesienie ramion wgórę odbywa się „ruch bierny", podczas gdy u ćwiczącego w czasie lekcji gimnastyki jest „ruch czynny". Wobec tego ćwiczenia oddechowe w szerszem tego słowa znaczeniu musimy podzielić na 2 grupy, a mianowicie:

1) **Ćwiczenia oddechowe bezpośrednie**, wykonywane za pośrednictwem własnej woli, chcąc poprawić funkcje organów oddechowych. Musimy zaznaczyć, że tutaj należy zachować ostrożność, ponieważ w tej kwestji opozycji nie brak bo np. w ostatnich czasach ćwiczenia oddechowe wyrzucono z regulaminu angielskiego i szwedzkiego. Wobec tego możemy ostrożnie stosować ćwiczenia oddechowe w niewielkiej ilości i to w takiej formie, jaką ostatnio ppłk. Sikorski ustalił i zaliczył do ćwiczeń dodatkowych, t. zn. stosować tylko w rytmie indywidualnym a nie dla całego zespołu ćwiczących i nigdy bezpośrednio po wytężających wysiłkach (np. biegi, skoki, po których samoregulacja odbywa się instynktownie. Dlatego zastosujemy masaż po ćwiczeniach natężających, ćwiczenia uspokające, np. marsz wsplęty a potem dopiero ćwiczenia oddechowe w postawie swobodnej, w rytmie indywidualnym (2—3 razy).

Musimy jednakże zaznaczyć, że stosujemy te ćwiczenia tylko w miarę potrzeby.

2) **Ćwiczenia oddechowe pośrednie.** Jest to różnego rodzaju praca mięśniowa, a przedewszystkiem biegi, przy których odruchowo, dzięki samoregulacji, następuje wzmocnienie oddechu a tem samem większy dowóz tlenu i wydalenie bezwodnika węglowego. Co do tych ćwiczeń w świecie naukowym już jest opinja naukowa ustalona. Na pierwszem miejscu — jak już wyżej wspomniałem — należy postawić bieg i to w rozmaitych formach, jako ćwiczenie bardzo intensywne, dające zatrudnienie dużej masie mięśniowej, ponieważ ciężar ciała jest przy każdym biegu zupełnie zawieszony w powietrzu. Druga rzecz — to mięśnie, któremi przy biegu pracujemy, są prawie wyłącznie mięśnie kończyn dolnych i dlatego klatka piersiowa dla swojej czynności, t. j. zwiększonego oddechu niczem nie jest krępowana i ma zupełnie wolne pole do działania.

Możemy więc z ostrożnością naturze pomagać tam, gdzie samoregulacja nie wystarcza, zastosowując sztuczne środki nie przekraczając granicy, ponieważ sztuczny oddech za często stosowany może doprowadzić nieraz do stanu patologicznego, który objawia się w utracie przytomności, a przynajmniej zawrotów głowy.

Do których więc wywodów należy się zastosować. Wybór niełatwy!

Wiemy przecież, że większość dziatwy szkolnej potrzeba wyuczyć czynności oddechu, ponieważ oddycha ona przeważnie zbyt powierzchownie. Wiemy z życia codziennego, że istnieją nieraz różnego rodzaju nastroje, jak np. przygnębienie, które są często powodem chwilowego wstrzymania oddechu, przez co oddech staje się płytki, niespokojny i nieregularny.

Reasumując powyższe wywody przejdźmy do wskazań praktycznych.

Ćwiczeń „głębokiego oddechu" nigdy nie stosować bezpośrednio po ćwiczeniach natężających, jak np. po biegach, skokach, zwłaszcza skokach strumieniem i po ćwiczeniach sportowych. O ile stosujemy ćwiczenia głębokiego oddechu, to tylko po zupełnem uspokojeniu się oddechu i bez ruchów ramion w rytmie indywidualnym przez co pogłębimy oddech, poprawimy wadliwy nieraz stosunek oddychania brzusznego do piersiowego i nauczymy naszych wychowanków spokojnego i regularnego oddychania.

J. Flisak. („Stadjon").

Sport polski zagranicą.

O ruchu sportowym wśród Polaków zagranicą dochodziły nas tylko od czasu do czasu skąpe i niejasne wiadomości.

Najwięcej organizacyj i towarzystw sportowych posiadają Polacy w Niemczech. Najsilniejszem i najliczniejszem zrzeszeniem sportowem jest „Polski Związek Stowarzyszeń Sportowych w Westfalji i Nadrenji". Związek ten powstał dopiero w roku 1927, przedtem istniał w Westfalji okręg sokoli. „Sokół" był bojkotowany, nie chciano mu udzielać boisk, sal gimnastycznych, a żadna sportowa organizacja niemiecka nie chciała z nim stawać do zawodów. Wobec takiej sytuacji, wyłoniła się potrzeba reorganizacji okręgu i ze związku „sokolego" powstał wyżej wymieniony Związek Stowarzyszeń Sportowych. Prócz gniazd gimnastycznych, Związek posiada dziewięć klubów piłkarskich i kilkanaście lekkoatletycznych.

Na terenie Niemiec środkowych w Berlinie, Hamburgu i Lipsku istnieją okręgi sokole, które uprawiają przeważnie gimnastykę i lekkoatletykę. Corocznie urządza ten okręg zlot i zawody międzymiastowe.

Na Śląsku Opolskim i w okręgach pogranicznych niema zwartych organizacyj wychowania fizycznego. W Prusach Wschodnich dotychczas nie było zupełnie klubów polskich, a dopiero w ostatnich miesiącach założono tam kilka drużyn piłkarskich.

Na terenie całej Rzeszy Niemieckiej działa ponadto olbrzymi „Związek Harcerzy Polskich w Niemczech". Drużyny jego są rozsiane po całej Rzeszy, znajdują się zarówno w Nadrenji, jak i na Kaszubach pruskich, zarówno na Górnym Śląsku, jak i w Berlinie, Wrocławiu, Hamburgu, Lipsku i t. d. Pod względem organizacyjnym Związek wzoruje się na skautingu wszechświatowym. Poza sportem potężna ta organizacja zajmuje się również pracą kulturalno-oświatową.

We Francji pomimo istnienia półmiljonowej masy polskiej, niema dotychczas polskich związków sportowych. Ostatnio przystąpiły związki zawodowe do zakładania robotniczych drużyn sportowych. Dotychczas utworzono 10 drużyn piłkarskich w północnej Francji, przyczem kluby te nie są zrzeszone i pracują zupełnie samodzielnie.

W Czechosłowacji działa już od 20 lat potężna organizacja robotnicza „Siła". Powstała ona 21. czerwca roku 1908 w Cieszynie (czeskim) z inicjatywy obecnego posła p. Tadeusza Regera. Przed wojną „Siła" posiadała kilkadziesiąt kół i około 5000 członków (wyłącznie na terenie Śląska czeskiego). Wojna do pewnego stopnia zniszczyła organizację, a plebiscyt podzielił na dwie połowy. Większa część pozostała w Czechosłowacji, a mniejsza w Polsce. Po przeprowadzonej reorganizacji „Siła" rozpoczęła znowu pracę nad wychowaniem fizycznem młodzieży robotniczej. W chwili obecnej liczy ona 36 kół i około 2500 członków. W najbliższym czasie z okazji jubileuszu 20-letniej pracy „Siła" urządza wielki zlot sportowy, w którym wezmą udział wszystkie koła „Siły", oraz zawodnicy z Polski, Niemiec i Czechosłowacji.

Poza tem kluby polskie istnieją na terenie Wolnego Miasta Gdańska; Litwy Kowieńskiej, gdzie wybija się na czoło „Sparta" z Kowna i Poniewieża.

(„Przegląd sportowy")

Przed wszechsłowiańskim zlotem sokolstwa w Poznaniu.

Na ostatnim a tak chlubnie zapisanym w naszej pamięci zjeździe Rady Dzielnicowej sokolstwa w Grudziądzu, który się odbył 29. kwietnia omówiono bardzo szeroko sprawę zlotu wszechsłowiańskiego, a który odbędzie się w przyszłym roku w Poznaniu. O tym zlocie referował naczelnik związkowy p. Fazanowicz.

Ze względu na ważność sprawy a jak niemniej, aby społeczeństwo nasze dokładnie było poinformowane, co zamierza sokolstwo nasze, podajemy treść obrad, bo to było niejako najważniejszą częścia zjazdu. Przedewszystkiem więc zaapelowano do obecnych tak ze strony najwyższych władz sokolich jak również Przewodnictwa Dzielnicy Pomorskiej, by starano się na każdym kroku o gromadzenie zasobów a równocześnie o przestrzeganie naj ważniejszych zadań sokolich, jakiemi są ćwiczenia gimnastyczne, by w dniu zdania publicznego egzaminu zlot wypadł ku zadowoleniu wszystkich.

Zlot wszechsłowiański naznaczono na ostatnie dni miesiąca czerwca i pierwsze dni lipca roku 1929. Według pewnych danych naszkicowanych w głównych zarysach przez władze techniczne Związku w zlocie wezmą udział liczne rzesze sokolstwa czeskiego i jugosłowiańskiego, poza tem związki sokole położone na terenie Niemiec, Francji i Ameryki. Wreszcie równocześnie ze zlotem odbędzie się ogólno światowy zjazd 20 związków gimnastycznych, rozrzuconych w różnych częściach świata. Będzie to impreza zakrojona wprost na wielką skalę o niebywałej dla Polski doniosłości.

Toteż przygotowania przedwstępne do imprezy światowej rozpoczęły się we wzmożonem tempie. Cały szereg komisyj rozpoczął już intensywną działalność. Najważniejsze zadanie ma do spełnienia komisja finansowa, na której barkach spoczął ciężar zdobycia funduszów na rzecz przeprowadzenia Zlotu. M. i.: działa również komisja wydawnicza, która rozpoczęła pracę w kierunku informacyjnym nie tylko dla członków ale również dla społeczeństwa.

W tym celu komisja ta pracuje nad wydaniem różnego rodzaju broszur i dzieł, przygotowujących, tak uczestników Zlotu jak również szerokie warstwy społeczeństwa, nie mogące wziąć udziału w święcie sokolem lecz zato mogące wyniknąć w korzyści moral ne, wynikające dla kraju z tego rodzaju wielkich zjazdów. Wydawnictwa niektóre zaopatrzone będą w płatne ogłoszenia handl., toteż z uwagi na wielki Zlot już dziś kupiectwo obmyśla stosowną propagandę reklamową, aby zwrócić na siebie uwagę sokolstwa samego a przedewszystkiem kroci tysięcy, które w uroczystościach tych wezmą udział. Nie potrzeba bynajmniej wspominać, że tego rodzaju ogłoszenia znajdą oddźwięk nie tylko w kraju, ale mogą nawiązać stosunki handlowe, ogłaszających się firm również zagranicą.

Z życia Tow. gimnast „Sokół".

Z Sokoła okręgu III.

W niedzielę, 10. bm. odbyło się w Grudziądzu zebranie prezesów i naczelników okręgu III. Dzielnicy Pomorskiej pod przewodnictwem prezesa okręgu III p. Alojzego Kamrowskiego, protokół pisał sekretarz Fr. Skowroński. Reprezentowane były gniazda: Sokół I Grudziądz, prezes p. Banaszak, Sokół II prezes p. Tadeusz Degórski i naczelnik. Gniazdo III: prezeska Kaczmarkówna i naczelniczka Zalewska. Gniazdo M. Tarpno wiceprezes, a następnie repr. były gniazdo Chełmno, gniazdo Michale (prezes Wasąg i naczelnik) najmłodsze gniazdo Radzyn.

Na porządku obrad była sprawa uczczenia prezesa Dzielnicy Pomorskiej p. Władysława Samolińskiego, który 1. lipca obchodzi swój jubileusz zawodowy, a zarazem i sokoli, bo od 25-ciu lat pracuje intensywnie z całem zaparciem się w Sokole. Uchwalono jednogłośnie urządzić skromny obchód w dniu 29 bm., program tej uroczystości jednogłośnie uchwalono, podany będzie później do wiadomości.

W sprawie budowy sokolni w Grudziądzu, uchwalono założyć spółdzielnię budowlaną i to jak najprędzej. Sprawę poruczono ściślejszemu zarządowi. Zarząd okręgu przystępuje do założenia nowego gniazda i to 17 bm. w Okoninie, gdzie w dniu tym odbędzie się wiec sokoli. Gniazda grudziądzkie nadeślą zarz. okr. imienny spis członków w podaniem dokładnych adresów, podając tych, którzy posiadają mundury galowe i m. polowe. Zlot okręgu III odłożono do połowy września, zato w dniu 29 bm. urządzi się popisy publiczne okręgowe na boisku miejskiem. Mundurki polowe zamawiać można na dogodnych warunkach u mistrza krawieckiego a członka Sokoła p. Miśka, ul. Szewska.

Przy końcu zebrania przybył na posiedzenie prezes Dzielnicy p. Wł. Samoliński, którego w serdecznych słowach powitał prezes okręgu. Z Przewodnictwa Dzielnicy byli obecni skarbnik p. Szubrych i sekretarz p. Kunz. Po wyczerpaniu porządku obrad zamknął prezes p. Kamrowski zebranie gorącym apelem o intensywną pracę w Sokole.

Naczelnik okręgowy p. Bęczyński przeprowadził z naczelnikami gniazd, lekcję ćwiczeń zlotowych, przyczem zachęcił ich do dopilnowania uprawiania tychże ćwiczeń.

Kronika sportowa.

PIŁKA NOŻNA.

U. S. Ameryka -- Polska 3:3 (0:1).

Oczekiwano z wielkiem naprężeniem to pierwsze, po dłuższej przerwie, spotkanie międzypaństwowe naszej reprezentacji, nie zadowoliło najmniej wybrednego widza. Amerykanie przedstawili się jako drużyna dobra, ale nienadzwyczajna: technikę posiada niezłą, start do piłki świetny, ostrość i zdecydowanie nadzwyczajne, kombinacje nieskomplikowane ale dość skuteczne, poza tem ambicję, żywiołowość i wytrzymałość nieprzeciętne, jednakże daleko jej jeszcze do doskonałości. Drużyna nasza naogół przedstawiała się lepiej i biorąc ogólnie, miała niezbyt co prawda wielką przewagę nad przeciwnikiem. Najsłabszy był atak, a zwłaszcza środek i prawa strona, głównie z powodu niezgrania. Wogóle zgranie, w porównaniu z Amerykanami, pozostawiało dużo do życzenia.

W pierwszej połowie Polska miała wybitną przewagę i goście parę razy tylko, chociaż bardzo niebezpiecznie, zaniepokoili Kisielińskiego w bramce. Na początku drugiej połowy, Amerykanie wzięli inicjatywę w swoje ręce. A tymczasem w drużynie polskiej coś się popsuło: żadna akcja nie chciała się skleić, toteż w tym okresie gry goście zdobywają dwa punkty z kolowaciny podbramkowej i jeden z karnego, za obronę bramki ręką przez obrońcę. Pod koniec Polacy, dopingowani

przez dziesięciotysięczny tłum widzów, zdobywają drugą bramkę przez Kuchara, i wreszcie w ostatniej minucie gry z karnego za rękę, uzyskują wyrównanie.

Wynik mniej więcej odpowiada rzeczywistości, inna rzecz, że reprezentacja polska może i powinna zagrać lepiej i stanowczo powinna była pokonać Amerykanów. Najniepotrzebniej dała sobie narzucić w drugiej połowie gry system, a właściwie sposób gry gości wysokich podań na for i szybkich biegów, co okazało się dla niej zabójcze.

Z drużyny polskiej bezwzględnie najlepsi byli Kotlarczyk w pomocy i Kuchar w ataku, w reprezentacji amerykańskiej najwięcej oklasków zbierał olbrzymi bramkarz Cooper za swój nadzwyczajny spokój i oryginalną, a bardzo skuteczną grę.

Sędzia p. Cejnar z Pragi, znakomity.

Rozgrywki ligowe. Poznań, 10. 6. Warta—IFC 3:1 (1:1). W pierwszej połowie i przez 15 min. drugiej połowy przeważa Warta a w ostatnie półgodziny przoduje IFC. Bramki zdobyli w 3 min—Staliński, w 42 min—Jeszke, w 50 min—Przybysz a w 55 min. pada samobójczo trzecia bramka dla Warty. Widzów 6 tysięcy. Sędzia p. Rutkowski.

Katowice, 10. 6. Legja—Ruch 2:0 (1:0). Legja odniosła zasłużone zwycięstwo. Obie bramki zdobył Ciszewski.

Stan mistrzostwa ligi. 1) IFC 19 pkt., 2) Wisła 14 pkt., 3) Warta 13 pkt., 4) Legja 12 pkt., 5) Pogoń 12 pkt., 6) Polonja 11 pkt., 7) Cracovia 11 pkt., 8) Ruch 11 pkt., 9) Warszawianka 10 pkt., 10) Czarni 9 pkt., 11) Turyści 9 pkt., 12) Hasmonea 7 pkt., 13) ŁKS 4 pkt., 14) TKS 3 pkt., 15) Śląsk 3 pkt.

Pozostałe terminy ligowe. Według zmienionego na ostatniem zebraniu Ligi, kalendarzyka pierwszej rundy rozgrywek, terminy przedstawiają się następująco: 17. 6. dogrywka Legja—Czarni, Polonia—ŁKS, Ruch—Hasmonea, Cracovia—Turyści, Pogoń—Warta, TKS—Warszawianka.

24. 6. Wisła—Pogoń, Warta—Ruch, ŁKS—Śląsk, Polonia—Cracovia, Hasmonea—Legja.

29. 6. Legja—Polonia, Czarni—Pogoń.

1. 7. Warszawianka—IFC, Śląsk—Warta, TKS—ŁKS.

8. 7. TKS—Śląsk, Czarni—Polonia, Turyści—Warszawianka, IFC—Cracovia, Legja—Warta.

15. 7. Śląsk—Wisła, Polonia—Pogoń, TKS—Turyści, Cracovia—Hasmonea, Warta—Czarni.

22. 7. Czarni—TKS, Warszawianka—Hasmonea, ŁKS—Cracovia.

29. 7. Hasmonea—Wisła.

Finał piłkarskiej olimpjady. Amsterdam, 11. 6. Ostateczna rozgrywka o olimpijskie mistrzostwo w piłce nożnej pomiędzy Urugwajem i Argentyną odbędzie się we środę dn. 13. b. m. Faworytem jest drużyna argentyńska, która na niedzielnym meczu miała zdecydowaną przewagę.

LEKKA ATLETYKA.

Lekkoatleci przed Olimpjadą.

Drugi dzień zawodów eliminacyjnych.

Drugi dzień zawodów lekkoatletycznych w niedzielę, 10 bm. w Warszawie był obfitszy w dobre wyniki, niż pierwszy, uzyskano w nich bowiem cztery wyniki lepsze od oficjalnych rekordów polskich, a dwa wyrównano.

Biniakowski (Sokół Bydgoszcz) nie zawiódł pokładanych w nim nadziei i poprawił swój rekord na 400 m. Jest to jeden z najbardziej murowanych naszych olimpijczyków. Malanowski potwierdził, iż jest najlepszym naszym średniodystansowcem. Rewelacją zawodów był Nowakowski, który uzyskał w sobotę 1:59,1 na 800, a w niedzielę, biegnąc trzy razy 400 m., osiągał kolejno 51.8 sek., 52,1 i 52,3 sek. Dobrowolskiego rekord 16 sek. na 110 p. pł. dogorywa: Trojanowski „ma go na widelcu" i przy silniejszej konkurencji obniży go o jakie 0.4 sekundy. Klasę w dysku pokazała Konopacka. Baran również pewny. Minimum olimpijskie poza Konopacką w dysku, osiągnął, według nieoficjalnych pomiarów, Kostrzewski w sztafecie 4X400 m., a mianowicie 49.6 sek. Nowak w skoku wdal świetny; po opanowaniu stylu, będzie stanowczo lepszy od Sikorskiego.

Wyniki kobiece: 100 m. 1) Hulanicka, (Sokół V—Grażyna), 2) Brennerówna (Roździeń-Szopienice), o dłoń, 3) Gędziorowska (TKS) o 0.5 m. **800 m.** 1) Kilosówna (Roździeń - Szopienice) 2:35, 2) Tabacka (Kolejowy K. S.), 3) Rokoszanka (Warsz.). **Skok wzwyż:** 1) Schabińska (Legja) 1.35 m. 2) Hulanicka (Sokół V — Grażyna), 3) Iwaszkiewiczówna (A. Z. S.) W rozgrywce Schabińska wyrównała rekord polski, skacząc 1.40 m. Konopacka w rzucie dyskiem uzyskała 36,82.

Wyniki męskie 100 m.: 1) Sikorski (Polonja), 11,2, 2) Szenajch (Warsz.) o pierś, 3) Nowosielski (Crac.) **200 m.** 1) Biniakowski (Polonja-Bydgoszcz) 50.2 sek. (rekord polski), 2) Gniech (3 p. sap. Wilno) 52 sek., 3) Nowosielski (Pol.) 52.1 sek. Weiss, osiągnąwszy w przedbiegu 51.6 sek. w finale nie stawał. **1500 mtr.** 1) Malanowski (AZS.) 4:8,8, 2) Hallicki (Pogoń - Wilno) 4:11, 3) Kuźnicki (Białystok). **10.000 m.** ukończył tylko Kowalski (Orzeł) w nieblutkim czasie 37 m. 36 sek. **4X400** 1) sztafeta I (Weiss, Nowakowski, Biniakowski, Kostrzewski) 3 m. 24 sek. (nowy rekord polski, lepszy od dawnego o 4,2 sek.) Biniakowski miał 50 sek. **3000 m. „steeple chase"** 1) Ziffer (Strzelec) 11 m. 37 sek. 2) Milcz (Strzelec) **110 p. pł.** 1) Trojanowski (AZS.) 16 sek. Dobrowolski zdyskwalifikowany za przewrócenie 4 płotków. **Rzut dyskiem** 1) Baran (Pogoń) 42,78 m. (wynik lepszy od oficjalnego rekordu polskiego, ale ustępuje wynikowi Barana z przed tygodnia — 42.85 m.) 2) Górski (Polonja) 37.48, 3) Heljasz (Warta) 37 m. **Skok wdal:** 1) Nowak (AZS.-Kraków) 6.925 m. (lepszy od oficjalnego rekordu polskiego, ale gorszy o całe 10 cm. od katowickiego wyniku Sikorskiego), 2) Fryszczyn (Pol.) 6.55, 3) Nowosielski (Crac.) 6.50 m. Sensacyjna porażka Sikorskiego, który dopiero poza konkursem uzyskał 6.71 m. **Skok o tyczce:** 1) Adamczak (AZS.) 3.40, 2) Gilewski (Śląski K. S.) 3.20, 3) Wieczorek (3 p. s. Wilno) 3.20 m. 4) Urbaniak (Warta) 3.20 m.

Naogół zawody wywarły jak najlepsze wrażenie i pozwalają różowo patrzeć w przyszłość — pod kątem owych osławionych minimów olimpijskich...

TENNIS.

Węgierscy tenniściści w Warszawie. W dniach 15., 16 i 17 b. m. na kortach Legji rozegrany zostanie mecz tennisowy (4 gry pojedyńcze i 2 gry podwójne) pomiędzy rept. Budapesztu i polskim zespołem kombinowanym. W drużynie polskiej wystąpią prawdopodobnie bracia Stolarowowie, Warmiński i Marszewski.

Za redakcję odpowiedzialny: Andrzej Różański.
Drukiem i nakładem Drukarni Toruńskiej T. A.